


13 мая 2026, среда
Меню 3-8 лет

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ Дс № 1  Э.А. Садыкова



8-ой день

№ рсн.	Наименование блюд и продукты	Выход/блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ	Витамин/С
	1	2	3	4	5	6	7
1-ый завтрак							
311	Каша молочная манная жидкая	1/185/5	9,0	11,8	51,84	172,0	
692	Кофейный напиток с молоком	1/130/70	7,94	3,6	28,7	201,8	
1	Бутерброд с сыром	22/15	5,2	7,5	7,3	122,0	
2 – ой завтрак							
707	Сок	1/100	0,5	0	12,36	38,0	
ОБЕД							
114	Борщ на кур. бульоне	1/250	6,0	9,2	23,1	233,5	
436	Жаркое по домашнему с мясом курицы	114/46	8,24	10,0	24,06	211,3	
639	Компот из сухофруктов витаминизированный	1/200	0,54	0	20,86	121,5	0,50
	Хлеб белый	38	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Хлеб пеклеваный	30	1,66	0,24	1,84	36,2	
Полдник							
388	Котлета рыбная	70	9,5	4,4	7,6	101,55	
524	Овощи тушеные	80	8,08	5,6	8,2	126,0	
	Чай с сахаром	1/195/5	0,2	10,0	15,0	58,0	
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Фрукты свежие	1/100	0,38	0	9,34	42,75	
	Кондитерские	50	2,08	1,82	17,02	27,0	
Ужин							
697	Молоко	1/100	2,6	4,16	4,7	58,0	
	Сухарики из ржаного хлеба	20	1,2	0,24	1,78	33,6	
итого			60	65	261	1660,5	0,50
норма			60	60	261	1800	0,50